



INSTITUTO SUPERIOR
Tecnológico de Ciencias Religiosas y
Educación en Valores
SAN PEDRO

CARRERA DE PROMOCIÓN SOCIAL COMUNITARIA

PROYECTO DE TITULACIÓN

Previo a la obtención del título de
TECNÓLOGO EN PROMOCIÓN SOCIAL COMUNITARIA

MODALIDAD: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.

TEMA

Caracterización de los problemas psicosociales de los adultos mayores de la parroquia
Convento del cantón Chone

AUTORAS

Alcívar Gómez Yaneny Isabel

Loor Moreira Carmen Johana

TUTORA

Mg. María Leonor Zambrano

Portoviejo – Manabí - Ecuador

2024

ISTCDE

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Quien suscribe, MG. MARÍA LEONOR ZAMBRANO, docente de la carrera de Promoción Social Comunitaria del Instituto Superior Tecnológico en Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, en calidad de tutor del trabajo de titulación: CARACTERIZACIÓN DE LOS PROBLEMAS PSICOSOCIALES DE LOS ADULTOS MAYORES DE LA PARROQUIA CONVENTO, desarrollado por las estudiantes Alcívar Gómez Yaneny Isabel y Looor Moreira Carmen Johana, cumplen con los requisitos establecidos, a la vez que doy fe de:

- La verificación de que el trabajo desarrollado por los estudiantes cumple con el diseño metodológico y rigor científico según la modalidad escogida por los autores.
- Asesoramiento oportuno a los estudiantes en el desarrollo del trabajo de titulación.
- Confirmación de la Originalidad del Trabajo

Portoviejo, agosto 2024



Mg. María Leonor Zambrano
DOCENTE ISTSPE

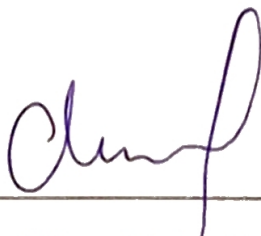
AUTORÍA

El presente Proyecto de investigación titulado: **Caracterización de los Problemas Psicosociales de los Adultos Mayores de la parroquia Convento del cantón Chone** es absolutamente original, auténtico y personal. En tal virtud, el contenido, efectos legales y académicos que se desprenden del mismo son de exclusiva responsabilidad del autor.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

En calidad de tribunal calificador del Informe Final del Trabajo de Titulación presentado por las señoras Alcívar Gómez Yaneny Isabel y Looir Moreira Carmen Johana, estudiante(s) de la Carrera de Promoción Social Comunitaria, bajo la Modalidad Proyecto de Investigación, titulado Caracterización de los Problemas Psicosociales de los Adultos Mayores de la parroquia Convento del cantón Chone, nos permitimos informar que el trabajo ha sido revisado y calificado de acuerdo al Artículo 31 literal c del Reglamento de Régimen Académico, emitido por el CES como requisito previo a la obtención del Título de Tecnólogo en Promoción Social. Para cuya constancia suscribimos, juntamente con la señora presidenta del Tribunal.

Portoviejo, agosto 2024



Mg. Raúl Chung Molina (Preside).

Primer miembro



Mg. Julio Pérez Marcos(Revisor).

Segundo miembro



Mg. Aracely Cornejo Villegas

Tercer miembro

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, para que haga uso de este Trabajo de Titulación como un documento disponible para la lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos de mi trabajo de Titulación a favor del Instituto Superior Tecnológico de Ciencias Religiosas y Educación en Valores San Pedro, con fines de difusión pública. Además, autorizo su reproducción total o parcial dentro de las regulaciones de la institución.

Portoviejo, agosto 2024

f. CARMEN JOHANA LOOR M.

f. 

DEDICATORIA

A Dios, fuente de sabiduría e inspiración, dedicamos este proyecto de tesis, fruto de nuestro esfuerzo y dedicación. Agradecemos su guía constante y la luz que nos permitió avanzar en este camino. A nuestras familias, pilar fundamental en nuestras vidas, les dedicamos este logro con profunda gratitud por su amor incondicional, apoyo constante y paciencia inagotable. Sus palabras de aliento fueron nuestro motor en los momentos difíciles, y su confianza en nuestras capacidades nos motivó a seguir adelante.

Este proyecto de tesis es un reflejo de la unión y el trabajo en equipo que hemos desarrollado a través de la colaboración, el respeto mutuo y la confianza, hemos logrado superar los obstáculos y alcanzar nuestras metas. Su colaboración ha sido invaluable para su éxito.

Yaneny Isabel Alcívar Gómez

Carmen Johana Loor Moreira

AGRADECIMIENTO

Profundamente agradecidos elevamos nuestros agradecimientos a Dios, fuente de fortaleza y sabiduría, por habernos guiado en la culminación de este proyecto de tesis. A Él ofrecemos todo nuestro esfuerzo y dedicación.

A nuestras queridas familias, pilar fundamental en nuestras vidas, dedicamos este logro con infinito amor. Su apoyo incondicional, su paciencia inquebrantable y sus palabras de aliento fueron el combustible que nos impulsó en todo momento. Su confianza en nosotros fue la luz que iluminó el camino. Un especial reconocimiento a los docentes del ISTSPE, por transmitirnos sus conocimientos y acompañarnos en el proceso de formación. Su guía experta nos ha permitido crecer como investigadores.

A nuestra tutora de tesis, María Leonor Zambrano Cornejo, expresamos nuestra más sincera gratitud por su invaluable orientación, sus aportes enriquecedores y su infinita paciencia. Su dedicación ha sido fundamental para alcanzar esta meta. A todos quienes directa o indirectamente han contribuido a este proyecto, extendemos nuestro más sincero agradecimiento.

Yaneny Isabel Alcívar Gómez

Carmen Johana Loor Moreira

RESUMEN

El presente trabajo tiene la finalidad de analizar los problemas psicosociales identificados en adultos mayores a partir de los resultados de una encuesta. Se destaca la prevalencia de dificultades en actividades cotidianas, la experimentación de emociones negativas como la tristeza y la variabilidad en el control emocional. Además, se señala la dependencia significativa del bono solidario como fuente principal de ingresos.

Por otro lado, se evidencia una diversidad en la participación en actividades recreativas entre este grupo demográfico. En respuesta a estos hallazgos, se proponen tres recomendaciones clave. Primero, se sugiere implementar programas de intervención que fortalezcan las habilidades de afrontamiento emocional y social. Estos programas podrían incluir grupos de apoyo y talleres para abordar el estrés y la soledad.

Segundo, se aboga por mejorar el acceso a servicios de salud mental especializados para atender las necesidades emocionales y sociales de los adultos mayores de manera integral. Finalmente, se propone promover la inclusión social y la participación comunitaria a través de políticas y programas que brinden oportunidades para establecer redes de apoyo y participar en actividades recreativas.

En resumen, esta investigación resalta la importancia de programas de intervención dirigidos a fortalecer las habilidades de afrontamiento emocional y social entre los adultos mayores. Estos hallazgos pueden informar la implementación de medidas específicas y efectivas para proteger la salud y el bienestar de este grupo etario de manera integral y sostenible.

Palabras clave: Adultos mayores, problemas psicosociales, calidad de vida, salud mental.

ABSTRACT

The purpose of this work is to analyze the psychosocial problems identified in older adults based on the results of a survey. The prevalence of difficulties in daily activities, the experience of negative emotions such as sadness, and variability in emotional control stand out. In addition, the significant dependence on the solidarity bonus as the main source of income is noted.

On the other hand, there is evidence of diversity in participation in recreational activities among this demographic group. In response to these findings, three key recommendations are proposed. First, it is suggested to implement intervention programs that strengthen emotional and social coping skills. These programs could include support groups and workshops to address stress and loneliness.

Second, it advocates improving access to specialized mental health services to address the emotional and social needs of older adults in a comprehensive manner. Finally, it is proposed to promote social inclusion and community participation through policies and programs that provide opportunities to establish support networks and participate in recreational activities.

In summary, this research highlights the importance of intervention programs aimed at strengthening emotional and social coping skills among older adults. These findings can inform the implementation of specific and effective measures to protect the health and well-being of this age group in a comprehensive and sustainable manner.

Keywords: Older adults, psychosocial problems, quality of life, mental health.

INDICE DE CONTENIDO

AUTORÍA.....	II
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	III
DERECHOS DE AUTOR.....	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO.....	VI
RESUMEN	VII
ABSTRACT.....	VIII
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
1.1 Planteamiento del Problema	3
1.2 Formulación del Problema.....	4
1.3 Delimitación Espacial y Temporal del Estudio.....	4
1.4 Antecedentes	6
1.5 Justificación.....	7
1.6 Objetivos	8
1.6.1 Objetivo General.....	8
1.6.2 Objetivos Específicos	8
CAPÍTULO II	9
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1 Problemas Psicosociales	9
2.2 Tipos de Problemas Psicosociales	11
2.3 Problemas Psicosociales en Adultos Mayores	11
Imagen Corporal.....	13
La Jubilación	14
La Soledad.....	15
2.3 Salud Mental	17
2.4 Inteligencia Emocional	18
5.4 Adulto Mayor	20

CAPÍTULO III	23
3. Diseño metodológico	23
3.1 Población y muestra	23
3.2 Área de estudio.....	23
3.3 Tipo de estudio	24
3.4 Métodos para la recolección de información	25
CAPITULO IV	27
4.1 Resultados y Discusión.....	27
Discusión	41
Conclusiones	44
Recomendaciones.....	45
BIBLIOGRAFÍA	46
ANEXOS	52

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Ubicación de la Parroquia de Convento	5
Ilustración 2 El estrés desgasta el organismo	19
Ilustración 3 Función de Gestión Emocional	20
Ilustración 4 Ubicación Geográfica de Convento	24

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 ¿Cuál es su género?	27
Tabla 2 Género	29
Tabla 3 ¿Con quién vive actualmente?	30
Tabla 4 ¿Su relación familiar?	31
Tabla 5 ¿Usted tiene apoyo social y emocional de familiares o amigos?	32
Tabla 6 ¿Usted tiene ingresos económicos por?	34
Tabla 7 ¿En general, cómo se siente la mayor parte del tiempo?	35
Tabla 8 ¿Se siente capaz de controlar sus emociones?	37
Tabla 9 ¿Tiene alguna dificultad para realizar sus actividades cotidianas? ¿Tiene alguna dificultad para realizar sus actividades cotidianas?	38
Tabla 10 ¿Participa Usted de actividades recreativas?	39

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Género	28
Figura 2 ¿Cuál es su edad?	29
Figura 3 Convivencia familiar	30
Figura 4 Relaciones intrafamiliares	31
Figura 5 Apoyo social y emocional de familiares o amigos	33
Figura 6 Ingresos económicos	34
Figura 7 Cómo se siente la mayor parte del tiempo	36
Figura 8 ¿Se siente capaz de controlar sus emociones?	37
Figura 9 Actividades cotidianas	38
Figura 10 Actividades recreativas	40

INTRODUCCIÓN

Con el progresivo envejecimiento de la población, los adultos mayores representan un grupo demográfico cada vez más relevante en la sociedad actual. Su bienestar físico, mental y emocional se convierte en una prioridad, y es crucial abordar los desafíos psicosociales que enfrentan. Esta investigación se enfoca en analizar estos desafíos, utilizando los datos obtenidos de una encuesta específicamente diseñada para adultos mayores. Se explorarán aspectos como las dificultades en las actividades diarias, las emociones prevalentes, la capacidad de control emocional y la situación económica. A partir de estos resultados, se buscará comprender mejor las necesidades y preocupaciones de este grupo demográfico.

Con base en estos hallazgos, se propondrán recomendaciones para el desarrollo e implementación de programas de intervención efectivos que promuevan el bienestar integral de los adultos mayores. Estas recomendaciones se centrarán en mejorar su calidad de vida, fomentar su participación activa en la sociedad y garantizar su inclusión social. En última instancia, esta investigación aspira a contribuir al diseño de políticas y programas que aborden de manera efectiva las necesidades de los adultos mayores, asegurando una mejor calidad de vida para este segmento de la población.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo principal determinar las características de los problemas psicosociales y cómo influye en adultos mayores de la parroquia convento. Y está estructurado de la siguiente manera:

Capítulo I: Desarrollaremos el planteamiento del problema, formulación del problema, antecedentes, justificación y objetivos, que son parte primordial de la presente investigación.

Capítulo II: En este capítulo se presenta el Marco Teórico, dentro de la cual se desarrolla los antecedentes de la investigación, la fundamentación teórica doctrinaria, así como también la fundamentación legal.

Capítulo III: Presentamos la Metodología que se utilizará dentro de esta investigación, la misma que es necesaria para obtener una información precisa.

Capítulo IV: El análisis e interpretación de los resultados, así como también las conclusiones y recomendaciones que se desprenden de las incógnitas resueltas en el transcurso de la investigación.

CAPÍTULO I

1.1 Planteamiento del Problema

En el mundo entero, el envejecimiento de la población, un fenómeno global según la OMS, plantea desafíos en salud mental y bienestar social para adultos mayores. Con un aumento en la expectativa de vida, se intensifica el interés en comprender y abordar los problemas psicosociales. (Vélez et al., 2019) dicen que:

España, experimenta un rápido envejecimiento. Se espera que para 2050, cerca del 30% de su población sea mayor de 65 años, según cifras proyectadas. Como suceso, es claro considerar que las características varían de un continente a otro, cada realidad socioeconómica tiene sus propias manifestaciones. Así, podemos conocer que en América Latina los más envejecidos son los países del tercer mundo. Chile, Brasil y Ecuador, mientras que Cuba lidera la lista del caribe.

En Ecuador, las personas de la tercera edad representan el 15% del total de la población, lo cual constituye una parte significativa. Los adultos mayores enfrentan desafíos específicos derivados de la situación socioeconómica del país, su sistema de salud y las afecciones psicosociales.

La parroquia Convento ubicada en el cantón Chone, se sitúa en una región subtropical con una rica diversidad de flora y fauna. Sin embargo, los adultos mayores enfrentan una serie de dificultades que afectan su calidad de vida, la situación se ve influenciada por factores socioeconómicos y de acceso a la salud, lo que agrava aún más los desafíos psicosociales.

La investigación que se plantea sobre las afecciones psicosociales que viven los adultos mayores es un problema latente, por lo tanto, es importante conocer la realidad de los datos y así proponer soluciones viables, para darles así una vida digna.

El problema concreto que se quiere resolver mediante el presente trabajo es, ¿Cómo se determinan las afecciones psicosociales de los adultos mayores? Sin embargo, previamente se deberá plantear la metodología a usar, describir las variables existentes, de manera que, se puedan caracterizar las afecciones psicosociales.

Así, la investigación busca conocer las afecciones psicosociales de los adultos mayores que habitan en el casco urbano de la parroquia Convento, sirviendo de sustento para plantear proyectos a futuro que mejoren la calidad de vida de las personas que integran este grupo etario.

1.2 Formulación del Problema

De la problemática antes descrita se deriva el problema de investigación

¿Cuáles son las condiciones psicosociales del adulto mayor de la parroquia Convento?

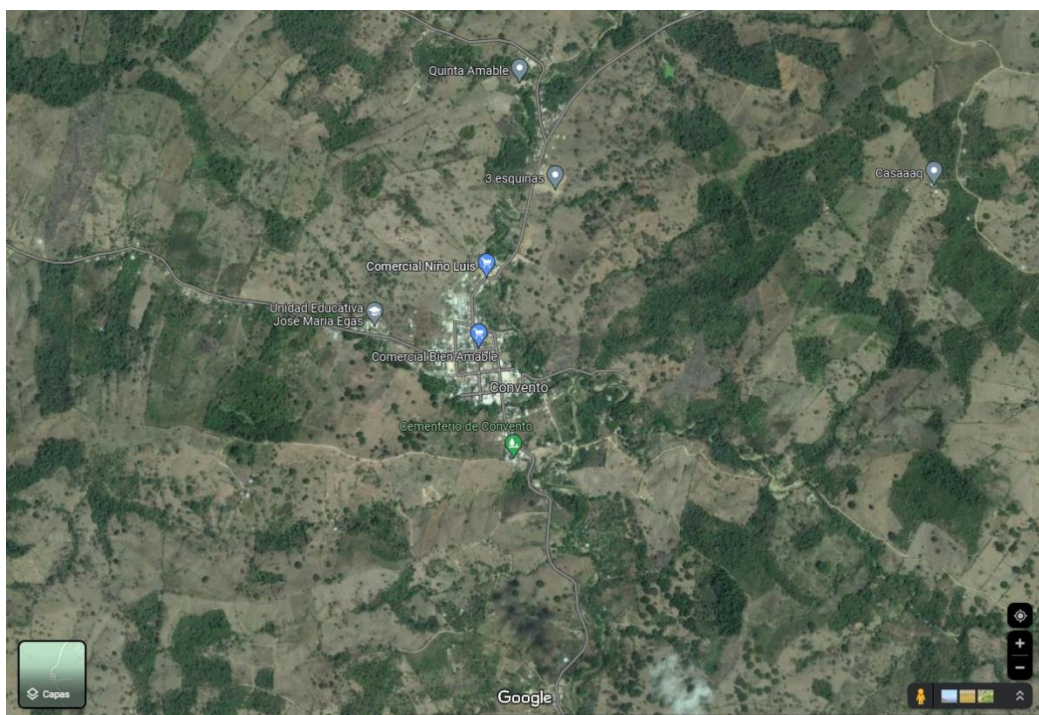
1.3 Delimitación Espacial y Temporal del Estudio

La presente investigación se la realizará en la parroquia Convento del Cantón Chone, durante un periodo de 6 meses.

Ecuador, provincia de Manabí, Cantón Chone, Parroquia Convento.

Ilustración 1

Ubicación de la Parroquia de Convento



Nota: Tomado de Google Maps

1.4 Antecedentes

Partimos del conocimiento general que el envejecimiento de la población adulta mayor en la actualidad es un tema con amplias categorías para estudios y análisis, del cual se puede hablar de gerontología, geriatría, expectativa de vida, longevidad, ciclo de vida y más. Las categorías continúan; sin embargo, todas tienen como base al adulto mayor, fundamentándose desde el análisis de la edad del adulto mayor, su salud física y psicológica; entre otros aspectos.

Es por ello que, existen diversos cambios que alteran las funciones de vida del adulto mayor; entre estos están, los cambios físicos, cambios orgánicos y sistémicos, envejecimiento del cerebro, funcionamiento sensorial y psicomotor, sueño, funcionamiento sexual; salud física y mental, estado de salud, enfermedades crónicas y discapacidades, influencias del estilo de vida en la salud y longevidad, problemas mentales y conductuales; entre otros aspectos del desarrollo de vida (Sáenz & Zalamea, 2019).

También dentro de este tema hablamos de la depresión en la población adulta mayor, la cual se la encuentra asociada a los factores de riesgo psicosociales, los cuales causan un gran impacto en el estado anímico de la salud mental, observándose al mismo tiempo un gran deterioro en su calidad de vida. La depresión se presenta con mayor prevalencia en la población adulta mayor, teniendo un origen en los factores de riesgo psicosociales, que se presentan en la vida cotidiana como la escolaridad, estado civil, aislamiento, enfermedades crónicas, pérdida de hijos o familiares y edad avanzada, que van afectando la etapa del ciclo vital lo que conlleva a la falta de cohesión o difusión familiar que desarrolla la persona dentro de la comunidad (Mendoza, 2022).

1.5 Justificación

Desde el punto de vista teórico, la realización de esta investigación se justifica porque ya se han llevado a cabo diversos estudios sobre la caracterización psicosocial del adulto mayor, hasta la fecha no se han encontrado investigaciones que analicen específicamente estas dos variables dentro de este grupo de personas y en el contexto particular de este lugar. Por lo tanto, decimos que este estudio llenará un vacío en el conocimiento teórico.

Desde un enfoque práctico y descriptivo, esta investigación tiene como objetivo contribuir a la prevención de las consecuencias negativas asociadas a la falta de comprensión y atención hacia las necesidades psicosociales de los adultos mayores. Al identificar patrones y tendencias en estas áreas, se podrán desarrollar intervenciones y políticas más efectivas para mejorar su bienestar y calidad de vida.

Desde una perspectiva social, la investigación sobre las afectaciones psicosocial del adulto mayor es esencial para entender cómo las dinámicas sociales impactan en el bienestar y la calidad de vida de esta población envejecida. Teóricamente, se justifica esta investigación para explorar cómo factores como el entorno familiar, la red de apoyo social, la participación comunitaria, las políticas sociales y la discriminación influyen en la salud mental, el sentido de pertenencia y la autonomía de los adultos mayores.

La realización de este estudio investigativo, el poder obtener información sobre lo que verdaderamente les está afectando psicosocialmente a los adultos mayores es de vital importancia, ya que teniendo toda esta información actualizada se prevé analizar los tipos de estrategias que servirían para darles una vida prolongada a nuestros adultos mayores. Es por

elloque este tema tiene mucha relevancia en la vida actual y los procesos sociales que se están viviendo.

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo General

- Determinar las características de los problemas psicosociales en los adultos mayores de la parroquia Convento.

1.6.2 Objetivos Específicos

- Conceptualizar mediante un marco teórico las características de los problemas psicosociales en los adultos mayores.
- Interpretar en base a los datos obtenidos de las encuestas el índice promedio de las afecciones psicosociales en los adultos mayores.
- Caracterizar los problemas psicosociales en los adultos mayores de la parroquia Convento.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Problemas Psicosociales

Desde los principios de salud y bienestar los grupos vulnerables de la población ecuatoriana sufren altos índices de diferentes tipos de violencia que ponen en riesgo la salud mental e integral de aquellos que están expuestos a la violencia (Gonzales, 2011).

En las últimas décadas la proporción de la población adulta mayor en el mundo ha ido en aumento. El envejecimiento es un proceso gradual, inherente y universal que se desarrolla en todos los seres vivos con el tiempo, como resultado de la interacción entre la genética del individuo y su entorno. También se puede definir como el conjunto de cambios que ocurren en un organismo a lo largo del tiempo, llevando a la disminución de sus funciones y, eventualmente, a la muerte. (Gonzales, 2011, p 2).

Así mismo es importante identificar los antecedentes familiares, las crisis normativas y paranormativas, el origen de la estructura familiar, el matrimonio, y la presencia de hijos. Por otro lado, es fundamental considerar el desarrollo integral de los hijos, el ambiente familiar en el que crecen, su escolaridad durante la adolescencia, y cómo tanto los padres como los propios hijos afrontan estos cambios. Viteri (2019) menciona que:

Existen múltiples investigaciones acerca de los factores psicológicos y sociales en la etapa de senectud. Insertando una apertura al tema se afirma que el envejecimiento no debe entenderse únicamente como un fenómeno estrictamente orgánico, sino que es un proceso más complejo en el que también interactúan variables sociales y psíquicas. Los múltiples aspectos que conforman la vida del adulto mayor, serán la influencia, las

causas de estudio; es decir abarcar factores psicosociales para comprender la realidad del adulto mayor. (p1)

Por ello, es de suma importancia lograr identificar los factores de riesgos psicosociales asociados en la depresión, más en concreto en Ecuador en donde según los datos la Secretaría Nacional del Ecuador de Planificación y Desarrollo menciona que es bastante común la aparición de síntomas depresivos en esta etapa de la vida. Se estima que entre el 10% y el 45% de las personas mayores de 65 años han experimentado estos síntomas en algún momento de su vida (Salud & Ciencias Médicas, 2022).

Por esta razón, es esencial que la familia proporcione las condiciones necesarias para un adecuado desarrollo de los subsistemas, tales como garantizar la satisfacción de las necesidades básicas y psicológicas, establecer una matriz emocional basada en relaciones positivas que promueva el desarrollo de la identidad individual, afectiva e integral de todos los miembros. Esto incluye fomentar los roles sociales, crear un entorno propicio para el aprendizaje, estimular la capacidad creativa y la resolución de problemas. Además, es crucial incorporar valores éticos, sociales y culturales que favorezcan el desarrollo integral de la personalidad (Zambrano, 2020).

En resumen, el funcionamiento familiar es el resultado de la colaboración mutua, donde cada individuo aprende a tomar decisiones, resolver problemas y desarrollar estilos de vida saludables, lo que contribuye a reducir los problemas psicosociales que afectan a la población ecuatoriana. Es crucial fomentar una conciencia social familiar basada en la paz, libre de violencia, que permita una convivencia armónica y un desarrollo óptimo de nuestros hijos, capacitándolos para enfrentar los desafíos de la vida cotidiana. Con un ambiente

familiar positivo, es posible construir una sociedad libre de violencia, un objetivo esencial para el bienestar de nuestro país y el mundo (Zambrano, 2020).

2.2 Tipos de Problemas Psicosociales

Según Carbajal, (2020) los problemas psicosociales son conductas que se desarrollan por situaciones negativas vividas, familiares, personales, ambientales, entre otras. Este tipo de problemas son muy comunes desarrollarlos durante la adolescencia:

- Contaminación ambiental
- Exclusión social
- Pobreza
- Abuso
- Depresión
- Atentar contra la vida
- Ansiedad
- Trastornos de personalidad
- Trastornos de conducta alimentaria (Carbajal, 2020).

2.3 Problemas Psicosociales en Adultos Mayores

En la actualidad, se define al adulto mayor como “persona de ≥ 65 años de edad”. Es decir, que es toda persona que cursa por la etapa del envejecimiento; por lo que, en este proceso de desarrollo de este grupo de personas empiezan a reducir sus capacidades físicas y generar limitaciones fisiológicas mayores. (Hernández & González, 2022) dicen que:

Es por ello que, durante el periodo del envejecimiento se suelen presentar una amplia gama de trastornos psicológicos que afectan tanto la esfera cognitiva como conductual. La detección temprana de las manifestaciones clínicas permite reducir el impacto en la salud general y prevenir la evolución hacia enfermedades crónicas. El análisis de la percepción de la calidad de vida en los adultos mayores, particularmente en relación con los aspectos psicológicos de este concepto, es de gran relevancia, ya que ofrece información valiosa que puede utilizarse para promover un envejecimiento activo. (p 5)

Puesto que, el desgaste físico y emocional, ocasionan que el adulto mayor esté más propenso a sufrir de enfermedades propias de la edad, asociándose con el desarrollo de diversos síndromes geriátricos, discapacidades de diferentes partes del cuerpo humano, que pueden influir en la calidad de vida de estas personas. Por otro lado, Rodríguez (2021) manifiesta que:

Las determinantes psicosociales influyen de manera significativa la salud de toda persona, siendo esta que repercuten en su condición actual. Por lo que, se determina mediante las distintas dimensiones en la que se puede valorar al adulto mayor, comenzando desde el punto general hacia lo más específico; es decir, desde el hogar y en la comunidad en que se desarrolla estos factores. Para ello, es clave definir los principales factores que atenúan el estado integral del adulto mayor, partiendo desde la psicología en función de los aspectos sociales. (p. 4)

Imagen Corporal

El envejecimiento es un proceso natural que deja huella en nuestro cuerpo. A medida que pasan los años, la piel se vuelve más fina y menos elástica, dando lugar a arrugas y líneas finas. Disminución de la producción de colágeno y elastina, lo que afecta la firmeza y elasticidad de la piel. Elipe et al (2020) afirman que:

La imagen corporal está altamente relacionada con nuestros hábitos alimentarios. Estos hallazgos también han sido corroborados por estudios que indicaron que las personas que se consideran dentro del rango de peso normal tienden a cuidar más su alimentación. (p 9)

La autoimagen afecta el desarrollo de la personalidad, la autoestima y las relaciones sociales. Todo el mundo tiene una imagen corporal positiva de sí mismo, lo cual es fundamental para una salud mental adecuada. Ceballos et al (2020) señalan que:

Se entiende la imagen corporal como un constructo teórico, que se estructura mediante varios factores, tales como vivencias de tipo afectivo y/o experiencias que van determinando y explicando algunos aspectos importantes de la personalidad, la autoestima o ciertas psicopatologías, tales como los trastornos de conducta alimentaria. (p 3)

Una imagen corporal positiva significa que aceptas, valoras y respetas tu cuerpo. Una imagen corporal positiva está vinculada a una mayor autoestima, autoaceptación y hábitos de vida saludables, incluida una dieta equilibrada y actividad física. López et al (2008) dicen que:

Actualmente, la imagen corporal es un tema central en muchos estudios sociológicos, dado que la percepción que se tiene de ella es un factor de riesgo significativo asociado a los trastornos de la conducta alimentaria. Dichos trastornos ya no constituyen solamente un problema de salud pública en los países desarrollados, sino también en aquellos donde su perfil de salud está caracterizado por altos niveles de pobreza. (p 3)

La Jubilación

Después de la jubilación, las personas sufren pérdidas dolorosas que afectan principalmente su autoestima, tales como: pérdida de roles sociales y laborales, amigos, colegas y estatus. Aunque la jubilación de una persona está llena de nuevos proyectos, los patrones sociales pueden hacerla sentir inútil. Hermida y Stefani (2011) afirman que:

La jubilación es considerada entonces un suceso vital, ya que implica para el sujeto un cambio evolutivo que trae aparejadas tanto ganancias como pérdidas. En cuanto a los beneficios, la jubilación ofrecería al individuo la oportunidad de dedicar tiempo a sus deseos personales, eliminaría aspectos incómodos de su empleo remunerado y permitiría fortalecer sus relaciones cotidianas con amigos y familiares. (p. 104)

La jubilación significa reducción, pérdida de roles, por eso algunos dicen que es un rito de desintegración (cercano a la teoría de la emancipación), una disminución de las relaciones sociales, una disminución del número y de la intensidad de los contactos humanos, especialmente los relacionados con la jubilación. Salazar (2020) dice que:

Al jubilarse, es posible que se adopten prácticas no recomendables, como el sedentarismo, pasar más tiempo frente al televisor, la glotonería, el aumento del

tabaquismo y un mayor consumo de alcohol. En los EUA, se ha visto que la salud de las personas se deteriora más alrededor del tiempo en que se vuelven candidatos a empezar a recibir una pensión. (p. 1)

La jubilación se refiere al abandono del trabajo por alcanzar la mayoría de edad. La jubilación es uno de los objetivos de ahorro más importantes que las personas deberían considerar al principio de sus carreras. Hacerlo garantiza un mejor futuro financiero en el futuro. Espinoza (2021)

Una interpretación alternativa de la jubilación la considera como un derecho que fomenta el bienestar social de las personas, abordándolas en su totalidad e interdependencia. Esta perspectiva valora las necesidades materiales y económicas y busca garantizar condiciones de dignidad que permitan a los adultos mayores llevar una vida plena. Esto implica que el Estado debe implementar políticas o medidas de acción positiva para mejorar la satisfacción de las necesidades básicas y asegurar la protección y garantía de sus derechos. (p. 1)

La Soledad

La soledad puede afectar negativamente la salud mental y provocar ansiedad y depresión en los adultos mayores. La soledad es, por tanto, un factor de riesgo para la salud mental, especialmente en relación con la depresión. Rojas (2009) señalan que:

La soledad manifiesta un ideal falso de autonomía y a la vez un afecto de esperanza, que debería superar las angustias producidas socialmente. Entonces, la soledad se presenta bajo una nueva perspectiva, como una renuncia autoimpuesta a su derecho natural. Dicho derecho en la medida en que es una potencia se expresa siempre e

inevitablemente en relación con otra potencia, contra otras potencias, las de los demás. El mejor escenario de expresión del ejercicio de la potencia no puede ser otro que el social. (p 34)

Cuando una persona se siente aislada y sola, libera una hormona llamada cortisol, también conocida como hormona del estrés. Puede aumentar la presión arterial, provocar insomnio y aumentar los síntomas de depresión. Amaya et al (2020) describen:

La soledad en las personas mayores se ha convertido en un tema de estudio cada vez más frecuente en diversas disciplinas académicas, tales como la psicología, la antropología, las ciencias de la salud, entre otras. Es más, el interés científico sobre esta problemática ha pasado también a ser un tema recurrente de investigación empírica -e incluso clínica- motivado por la creación de escalas de medición de la soledad estandarizada. (p. 1)

La soledad no sólo te hace sentir mal, sino que también puede perjudicar tu salud. Las personas que experimentan soledad tienen un mayor riesgo de desarrollar diversas enfermedades, incluidas enfermedades cardíacas, presión arterial alta y enfermedad de Alzheimer. Chaparro et al (2019) manifiestan que:

La soledad es una vivencia desfavorable, relacionada con la sensación de tristeza, que afecta la cotidianidad de la persona, el adulto mayor es más propenso a tener sentimientos de soledad, se debe a la falta de interacción con amigos, la enfermedad, la viudez o el deterioro cognitivo. (p. 1)

2.3 Salud Mental

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones. Meléndez (2023) manifiesta que:

La salud mental juega un papel vital dentro de los factores afectivos en el desarrollo académico, por ejemplo, la felicidad conlleva el desarrollo de la creatividad. En este contexto, es fundamental asegurar una conexión entre la educación y la salud mental del alumnado. Además, la salud mental ha adquirido un papel central en las investigaciones educativas, cuyos resultados demuestran que su inclusión aporta beneficios significativos a la población estudiantil, los cuales se reflejan en el comportamiento social. (p. 1)

La salud mental es un estado de salud que permite a las personas afrontar momentos estresantes de la vida, desarrollar todas las habilidades, aprender y trabajar plenamente y contribuir al mejoramiento de su comunidad. Tello & Vizcarra (2016)

Los problemas de salud mental son frecuentes en la población adulta mayor (AM): más de un 20% puede padecerlos con variados grados de severidad, de acuerdo con numerosos estudios epidemiológicos a nivel mundial. La salud mental debe recibir tanta o incluso más atención que los problemas de salud física, ya que puede agravar las manifestaciones de enfermedades crónicas, aumentar la dependencia funcional y el uso de recursos sanitarios. Además, los problemas de salud mental a menudo pasan

desapercibidos o no son diagnosticados, por lo que es esencial que los profesionales reciban capacitación adecuada para un manejo oportuno y eficiente. (p. 1)

2.4 Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional se basa en la capacidad de gestionar las emociones positivas y negativas para que no dejen un impacto tan negativo en nuestro bienestar. Una tarea importante en nuestro desarrollo personal es no preocuparnos por problemas temporales o que tienen solución, no enojarnos y no preocuparnos. Valenzuela et al (2021) describen que:

El concepto de Inteligencia Emocional se constituye como un constructo que durante más de un siglo ha sido objeto de constante análisis y reformulación, pero que no ha estado ausente de críticas. En la actualidad existe un especial interés en su abordaje de la mano de otros saberes con que se ha asociado su estudio, como son la psicología cognitiva y las neurociencias. (p. 5)

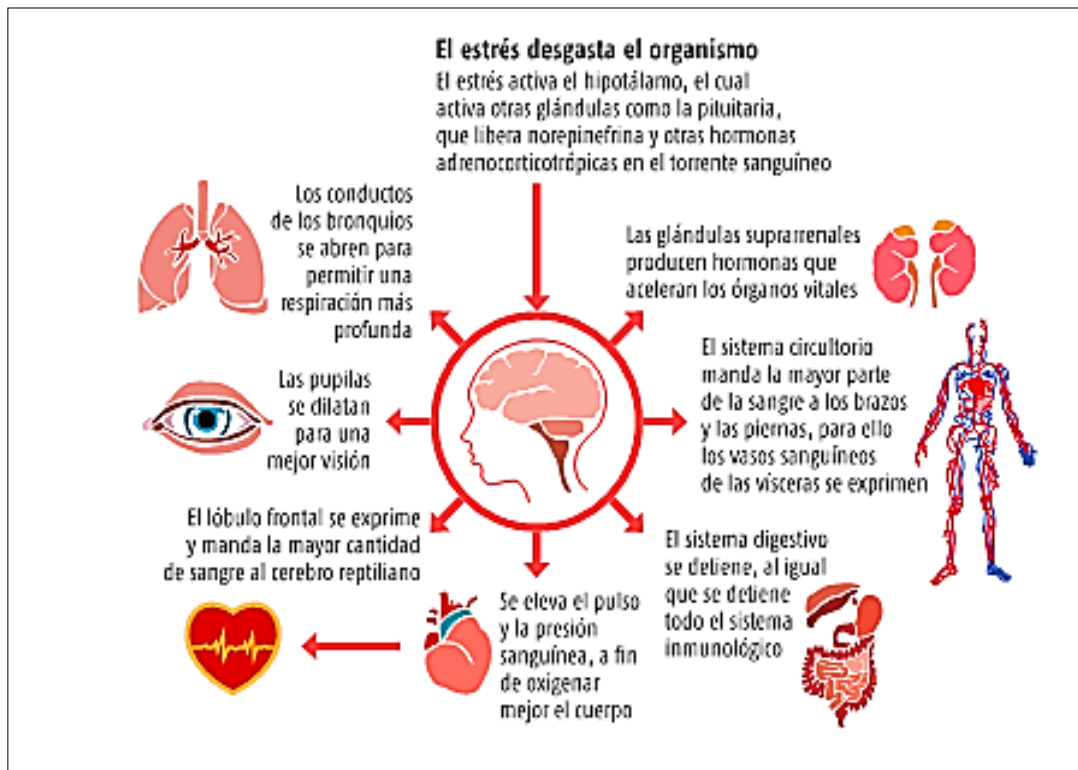
La inteligencia emocional es la capacidad de identificar, regular y comprender las emociones propias y ajenas. Una alta inteligencia emocional te ayuda a conectarte con los demás, construir relaciones empáticas, comunicarte de manera efectiva, resolver conflictos y expresa tus sentimientos. Hernández et al (2021) dicen que:

El bienestar emocional es de especial particularidad y características cuando de adultos mayores se trata, pues, la tercera edad es una etapa es la que la emocionalidad cambia a partir de una serie de factores que determinan la sensación de bienestar. Los factores a los que se hace referencia son tanto internos de la persona (que abarcan valores, temperamento, cultura, crianza, experiencia de vida, etc.), como todos

aquellos factores externos y de interacción con el contexto que influyen en la sensación de estar en armonía o no. (p. 1)

Ilustración 2

El estrés desgasta el organismo



Fuente. García (2020)

La inteligencia emocional es aprender a identificar nuestros sentimientos y emociones para luego entender de dónde vienen y poder controlarlos. Además, la inteligencia emocional también significa saber llevarse bien con los demás, principalmente a través de la empatía. La inteligencia emocional hablamos de la capacidad de comprender, utilizar y gestionar tus emociones para reducir el estrés, ayudarte a comunicarte eficazmente, empatizar con los demás, superar desafíos y reducir conflictos. Dueñas (2002) redacta que:

La inteligencia emocional es considerada como el más importante de los factores que intervienen en el ajuste personal, en el éxito en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo. Con una inteligencia emocional desarrollada e pueden lograr mejoras en el entorno laboral y en nuestras relaciones sociales, ya que la competencia emocional impacta en todos los aspectos importantes de la vida. (p. 18)

Ilustración 3

Función de Gestión Emocional



Fuente. García (2020)

5.4 Adulto Mayor

Las personas envejecen de diferentes maneras, dependiendo de las experiencias, eventos significativos y transiciones que enfrentan durante su vida, es decir, incluye los

procesos de desarrollo y decadencia. Generalmente, personas mayores se refieren a personas de 60 años o más. Pinilla et al (2021) comentan que:

El envejecimiento como proceso natural hace parte del ciclo de vida y comprende un amplio conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociales. Los centros de día ofrecen una alternativa para evitar la institucionalización del adulto mayor dependiente, y para el adulto mayor sano, representan una opción para actividad, recreación y dignificación. (p. 1)

Las personas adultas mayores se caracterizan por una serie de cambios en las personas que afectan diferentes aspectos de nuestras vidas donde son los cambios fisiológicos más importantes.

Carrillo et al (2020) aluden que “la adultez mayor es un periodo del ciclo vital del ser humano, el cual comprende cambios significativos en las diferentes dimensiones del individuo, entre las que se destacan la modificación de las funciones cognitivas, sensoriales, motoras y afectiva” (p. 2).

Los mayores son un gran apoyo para su familia, tanto en el aspecto económico, como psicológico y emocional. Es más, se trata de una ayuda que proporcionan sin pedir nada a cambio, ya que para ellos es suficiente con el cariño y la compañía de sus seres queridos. Cabe destacar que nuestros mayores son una parte muy importante de la sociedad. Son distribuidores de sabiduría y experiencia. Además, se encargan de mantener unida a la familia, brindar asesoramiento y apoyo emocional, cuidar de los niños e incluso brindar asistencia económica. Saavedra et al (2021) afirman que:

La percepción de la salud de la persona adulta mayor surge de su experiencia y se expresa en sus propios términos y significados. Esta percepción es diversa y susceptible de cambios, en función de elementos que no necesariamente están en relación con el estado físico y funcional], sino que dependen de circunstancias personales y contextuales. La percepción que cada adulto mayor tiene de su salud, así como la importancia que le atribuye, tiene una gran influencia en su bienestar. De manera que, a medida que la persona se considere sana, será capaz de participar en actividades satisfactorias que contribuyan a una valoración positiva de su vida. (p. 1)

CAPÍTULO III

3. Diseño metodológico

3.1 Población y muestra

Dentro de este proyecto de investigación para la obtención de datos para la tesis final, se evidencia una población específica, siendo esta los adultos mayores de la parroquia Convento, y asu vez tomando en consideración la muestra poblacional de 40 adultos mayores que se encuentran localizados dentro de esta parroquia.

3.2 Área de estudio

El área de estudio que se ha proyectado para el desarrollo óptimo de esta investigación esla parroquia Convento del cantón Chone, el cual se sitúa al nor-noroeste del cantón y tiene una superficie de 303,9 km². Limita al este con las parroquias San Francisco de Novillo y Flavio Alfaro (ambas en el cantón Flavio Alfaro), al sur con la parroquia Eloy Alfaro, al suroeste con laparroquia San Isidro (cantón Sucre) y el cantón Jama, al noroeste con la parroquia Diez de Agosto (cantón Pedernales) y al norte con la parroquia Chibunga (GAD Parroquial Convento, 2023).

eso, dentro del marco teórico se detalla toda la investigación realizada en base al tema que se presenta en este anteproyecto relacionado a los adultos mayores de la parroquia Convento.

Estudio descriptivo: mediante este estudio demostraremos los datos que se extraerán para poder presentar un diseño únicamente descriptivo y en base a eso hacer los análisis correspondientes ante esta problemática. Por ello, este estudio es uno de los principales dentro de este proyecto de investigación ya que se va a describir los verdaderos problemas psicosociales que afrontan los adultos mayores de la parroquia Convento.

Estudio cuantitativo: dentro de este tipo de estudios, para el investigador es importante presentar la problemática que están causando los problemas psicosociales como tal en los adultos mayores, es evidente demostrar cuales serían las conceptualizaciones que se tienen en base a esta problemática. Se dice que son estudios menos objetivos y científicos que el anterior. En este proyecto se evidencia mucho este estudio ya que se evidencian las cualidades de la problemática (Coll, 2021).

3.4 Métodos para la recolección de información

Para la recolección de datos en esta investigación, se van a recopilar y medir información de diversas fuentes, todos con el fin de obtener un panorama completo del problema, responder preguntas importantes basadas en la formulación del problema, evaluar sus resultados estadísticamente y anticipar futuras tendencias, todo esto lo hace mención el autor Santos, (2023), por ello se caracterizan los métodos.

Observación: este método de observación es una de las mejores técnicas que se plantea para la recolección de datos, y dentro de este proyecto actúa de forma directa, ya que, tener en conocimiento sobre la problemática psicosocial en los adultos mayores es algo que

ellos viven día a día. Este método se caracteriza por no ser intrusivo y requerirá evaluar el comportamiento de cada adulto mayor, es por ello que dentro del proyecto que se realiza, la observación para poder determinar los problemas psicosociales que les afectan los adultos mayores de la parroquia Convento es el principal método de recolección de datos.

Encuestas: Según Alvarado (2015), “las encuestas son uno de los métodos más utilizados y pueden clasificarse por el tipo de recolección de datos, como encuestas por correo electrónico, encuestas telefónicas y entrevistas cara a cara”. (pág. 32)). Este método de encuesta se aplicó a un total de 40 adultos mayores que participaron en la parroquia Convento. Este método de investigación nos ayudó a recopilar los datos necesarios y lograr los objetivos de la investigación.

Fuentes abiertas: este método nos ayudará a entender que mediante las fuentes abiertas se puede obtener datos valiosos para mejorar y adaptar la problemática a la realidad que viven los adultos mayores. En base a la información pública y gratuita en páginas gubernamentales, plataformas de análisis de datos, revistas especializadas, entre otras; será posible determinar los conceptos generales para abordar el tema de los problemas psicosociales en los adultos mayores de la parroquia Convento (Santos, 2023).

CAPITULO IV

4.1 Resultados y Discusión

A partir del análisis y el procesamiento de los datos recolectados en la encuesta, se procede a crear los gráficos estadísticos correspondientes. Estos gráficos posibilitan la presentación de análisis e inferencias preliminares:

Género

Esta tabla muestra las respuestas, de los 40 adultos mayores encuestados, se observa que la mayoría de las respuestas provienen de hombres en la parroquia del convento. Sin embargo, es esencial abordar la disparidad de género en la participación y asegurar que todas las perspectivas sean consideradas y tratadas de manera justa y equitativa.

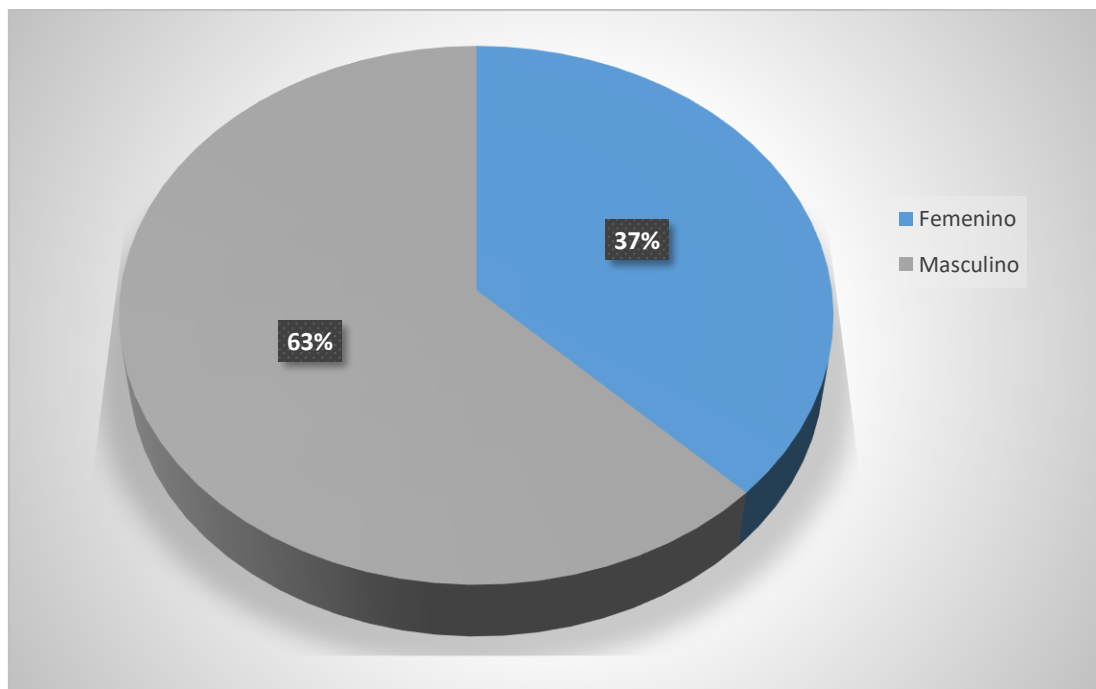
Tabla 1
¿Cuál es su género?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	15	37%
Masculino	25	63%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 1
Género



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

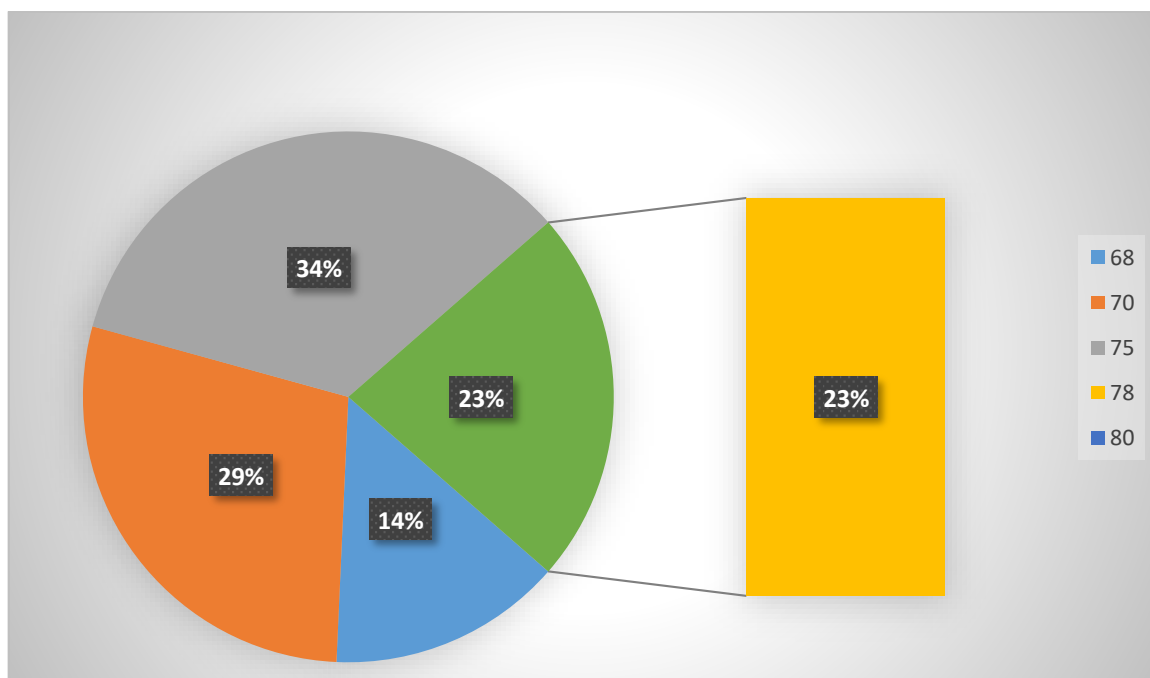
En la Tabla 1, se observa que, de los 40 adultos mayores encuestados, estuvo dominada por hombres, que representaron el 63% del total de participantes. En contraste, las mujeres representaron solo el 37% de los encuestados. Estos hallazgos pueden tener implicaciones importantes para la Caracterización de los problemas psicosociales de los adultos mayores de la parroquia Convento.

Edad

Esta tabla presenta las respuestas proporcionadas, en relación de cuántos años tienes los adultos mayores de la Parroquia de Convento.

Tabla 2*¿Cuál es su edad?*

Alternativas	Cantidad	Porcentaje
68	5	14%
70	10	29%
75	12	34%
78	8	23%
80	5	14%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento**Elaborado por:** Yaneny Alcívar y Johana Loor**Figura 2***¿Cuál es su edad?***Fuente:** Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento**Elaborado por:** Yaneny Alcívar y Johana Loor

El análisis de la encuesta revela una distribución diversa de edades entre los adultos mayores. La mayor proporción, un 34%, tiene 75 años, seguido por un 29% con

70 años. Las edades de 68 y 80 años representan cada una el 14%, mientras que el 23% tiene 78 años. Esta distribución sugiere una concentración significativa en las edades de 75 y 70 años, lo que puede indicar tendencias relevantes de este grupo etario.

Convivencia familiar

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de su convivencia familiares.

Tabla 3
¿Con quién vive actualmente?

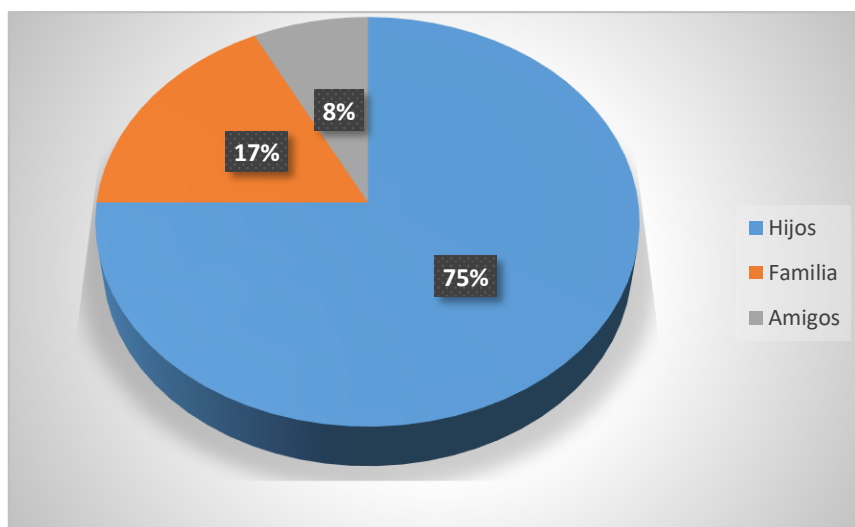
Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Hijos	30	75%
Familias	7	17%
Amigos	3	8%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Convivencia familiar

Figura 3
Convivencia familiar



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El 75% de los Adultos mayores encuestados, residen con sus “Hijos”, lo que puede reflejar la estructura familiar tradicional predominante. El 17% que vive con "Familia" podría incluir aquellos que residen con otros parientes cercanos o en estructuras familiares no convencionales. El 8% que vive con "Amigos". Esta distribución refleja la influencia significativa del entorno familiar en la vida de los adultos mayores.

Relación Intrafamiliar

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de sus relaciones intrafamiliares.

Tabla 4

¿Su relación familiar?

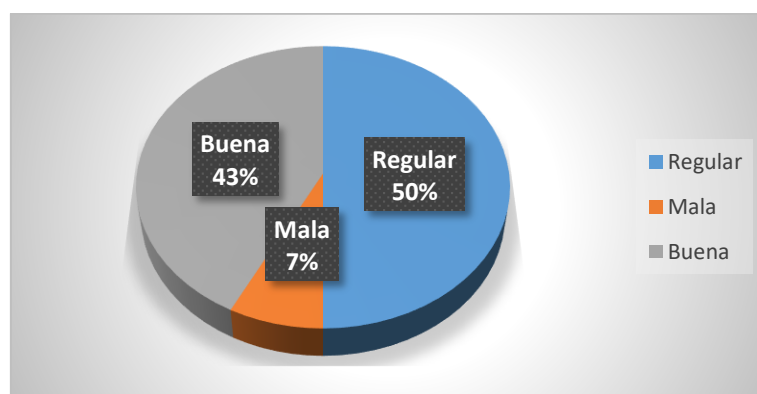
Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Regular	20	50%
Mala	3	7%
Buena	17	43%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 4

Relaciones intrafamiliares



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El resultado de la encuesta sobre las relaciones intrafamiliares de los adultos mayores muestra que el 50% de los encuestados calificaron sus relaciones como "Regulares". Esto sugiere que la mayoría de los adultos mayores experimentan un nivel aceptable de satisfacción en sus relaciones familiares, aunque también puede haber áreas que podrían mejorarse. El 43% de los encuestados calificaron sus relaciones como "Buenas", lo que indica que un segmento significativo de la población de adultos mayores experimenta relaciones intrafamiliares satisfactorias y saludables. Por otro lado, solo el 7% de los encuestados calificaron sus relaciones como "Malas", lo que sugiere que una minoría de adultos mayores enfrenta dificultades sustanciales en sus relaciones familiares.

Apoyo social y emocional de familiares o amigos

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de su convivencia.

Tabla 5

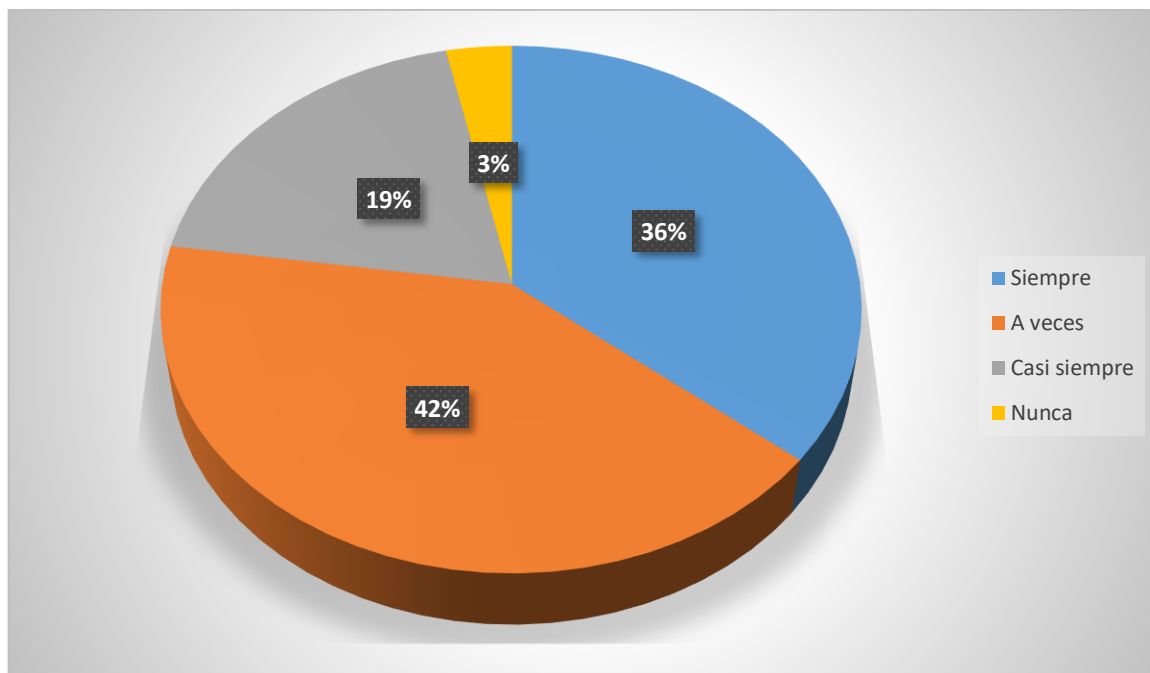
¿Usted tiene apoyo social y emocional de familiares o amigos?

Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Siempre	13	36%
A veces	15	42%
Casi siempre	7	19%
Nunca	5	3%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 5
Apoyo social y emocional de familiares o amigos



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El 36% de los encuestados indicaron que reciben apoyo social y emocional "Siempre". Este grupo representa una parte significativa de la población de adultos mayores que experimenta un alto nivel de apoyo de sus familiares o amigos de manera constante. Esto sugiere que tienen una red de apoyo sólida y confiable que puede ayudarlos a enfrentar desafíos y mantener su bienestar emocional y social en diversas situaciones.

Por otro lado, el 42% de los encuestados indicaron que reciben apoyo "A veces". Este grupo es considerable y puede experimentar variaciones en la disponibilidad y la calidad del apoyo social y emocional, lo que puede influir en su bienestar de manera intermitente.

El 19% de los encuestados indicaron que reciben apoyo "Casi siempre". Este grupo representa a aquellos que tienden a recibir apoyo social y emocional de manera

consistente, aunque puede haber ocasiones en las que la disponibilidad o la calidad del apoyo pueden fluctuar.

Por último, solo el 3% de los encuestados indicaron que “Nunca” recibieron apoyo social y emocional. Este grupo es pequeño pero significativo, y es importante prestar atención a las necesidades de esta población vulnerable y buscar formas de brindarles apoyo adecuado.

Ingresos económicos

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de la parroquia Convento en relación con los ingresos económicos.

Tabla 6

¿Usted tiene ingresos económicos por?

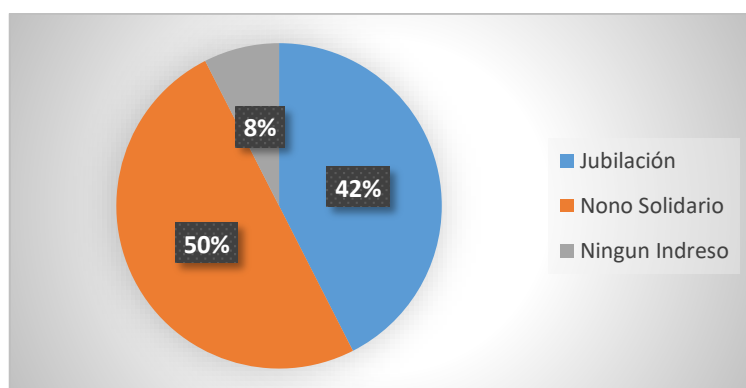
Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Jubilación	17	42%
Bono Solidario	20	50%
Ningún ingreso	3	8%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 6

Ingresos económicos



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El resultado de la encuesta sobre los ingresos económicos de los adultos mayores revela varias tendencias significativas. El 42% de los encuestados indicaron que su principal fuente de ingresos es la "Jubilación". Esto sugiere que una parte considerable de los adultos mayores depende de sus pensiones de jubilación como principal fuente de sustento financiero.

Por otro lado, el 50% de los encuestados indicaron que reciben el "Bono Solidario" como fuente de ingresos. Este bono es una forma de ayuda económica proporcionada por el gobierno para apoyar a los adultos mayores en situación de vulnerabilidad económica. Por último, el 8% de los encuestados indicaron que no tienen ningún tipo de ingreso. Este grupo representa a aquellos adultos mayores que enfrentan una situación económica especialmente precaria.

Cómo se siente usted la mayor parte del tiempo

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de la Parroquia Convento en relación con la percepción de cómo se siente usted la mayor parte del tiempo.

Tabla 7

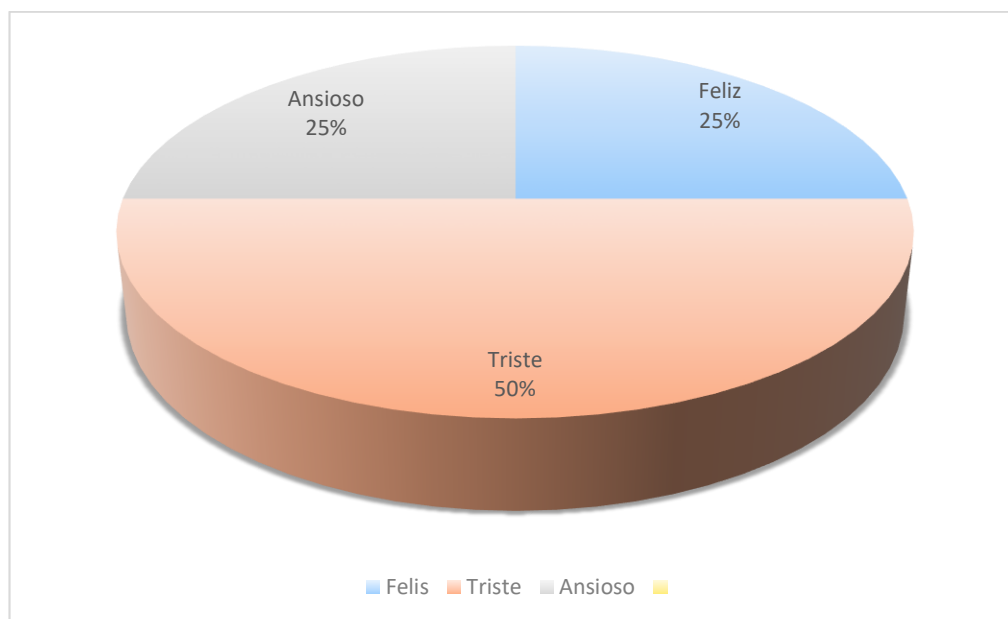
¿En general, cómo se siente la mayor parte del tiempo?

Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Feliz	10	25%
Triste	20	50%
Ansioso	10	25%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 7
Cómo se siente la mayor parte del tiempo



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

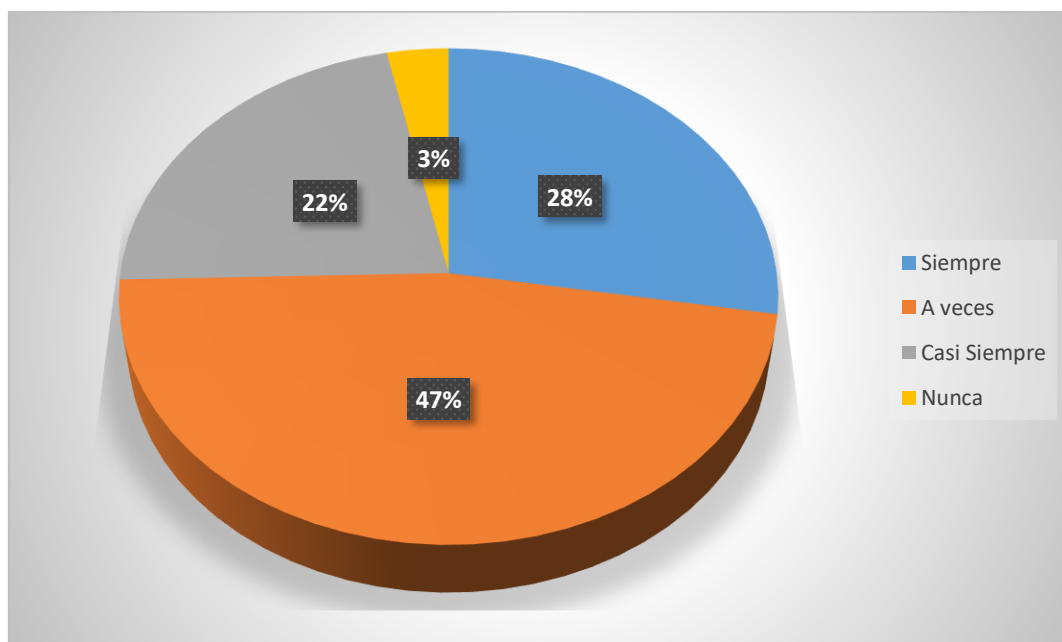
El resultado de la encuesta sobre cómo se sienten la mayor parte del tiempo los adultos mayores muestran una distribución notable en cuanto a las emociones reportadas. El 50% de los encuestados indicaron sentirse "Tristes" la mayor parte del tiempo. Este hallazgo sugiere que una proporción significativa de adultos mayores experimenta emociones negativas como la tristeza de manera predominante.

Por otro lado, el 25% de los encuestados indicaron sentirse "Felices" la mayor parte del tiempo, mientras que otro 25% indicaron sentirse "Ansiosos". Estos resultados sugieren que hay una diversidad de experiencias emocionales entre los adultos mayores, con una parte de la población reportando emociones positivas como la felicidad, mientras que otras experimentan emociones negativas como la ansiedad.

Controlar sus emociones

Tabla 8*¿Se siente capaz de controlar sus emociones?*

Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Siempre	10	28%
A veces	17	47%
Casi siempre	8	22%
Nunca	5	3%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento**Elaborado por:** Yaneny Alcívar y Johana Loor**Figura 8***¿Se siente capaz de controlar sus emociones?***Fuente:** Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento**Elaborado por:** Yaneny Alcívar y Johana Loor

El 28% de los encuestados indicaron que siempre pueden controlar sus emociones. Por otro lado, el 47% de los encuestados indicaron que a veces pueden controlar sus emociones. Esta es la respuesta más común y sugiere que la mayoría de los adultos experimentan mayor variabilidad en su capacidad para manejar sus emociones. El 22%

de los encuestados indicaron que casi siempre pueden controlar sus emociones. Finalmente, solo el 3% de los encuestados indicaron que nunca pueden controlar sus emociones.

Actividades cotidianas

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de la parroquia Convento en relación con sus actividades cotidianas.

Tabla 9

¿Tiene alguna dificultad para realizar sus actividades cotidianas? ¿Tiene alguna dificultad para realizar sus actividades cotidianas?

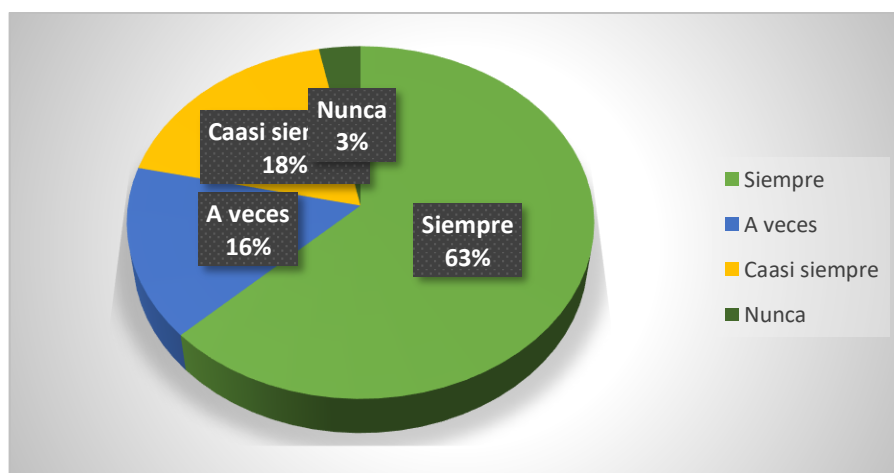
Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Siempre	24	63%
A veces	6	16%
Casi siempre	7	18%
Nunca	3	3%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 9

Actividades cotidianas



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El 63% de los encuestados indicaron que “Siempre” tienen dificultades para realizar sus actividades cotidianas. Este hallazgo sugiere que una mayoría significativa de adultos mayores enfrenta desafíos constantes en la realización de tareas básicas y actividades diarias.

El 16% de los encuestados indicaron que a veces tienen dificultades para realizar sus actividades cotidianas. Aunque esta cifra es menor en comparación con el grupo anterior, aún representa una parte considerable de la población de adultos mayores que experimenta obstáculos intermitentes en la ejecución de sus actividades diarias.

El 18% de los encuestados indicaron que casi siempre tienen dificultades para realizar sus actividades cotidianas. Este grupo también enfrenta desafíos importantes y consistentes en la realización de sus actividades diarias.

Actividades recreativas

Esta tabla muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores de la parroquia Convento en relación con sus actividades cotidianas.

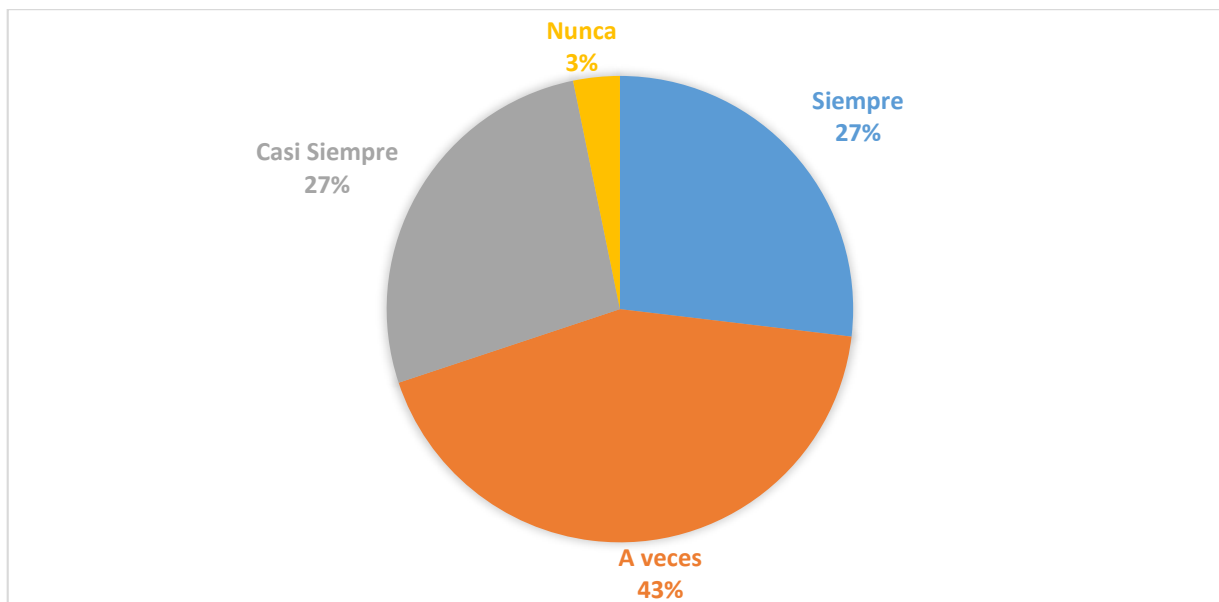
Tabla 10
¿Participa Usted de actividades recreativas?

Alternativas	Cantidad	Porcentaje
Siempre	10	27%
A veces	16	43%
Casi siempre	10	27%
Nunca	4	3%
Total	40	100%

Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

Figura 10
Actividades recreativas



Fuente: Encuesta realizada a las personas adultas mayores de la Parroquia Convento

Elaborado por: Yaneny Alcívar y Johana Loor

El resultado de la encuesta sobre las actividades recreativas de los adultos mayores revela una distribución interesante en cuanto a la participación en estas actividades. El 27% de los encuestados indicaron que siempre participan en actividades recreativas. Esto sugiere que una parte considerable de los adultos mayores está activamente comprometida en buscar y disfrutar de oportunidades de recreación y entretenimiento.

Por otro lado, el 43% de los encuestados indicaron que a veces participan en actividades recreativas. Este grupo constituye la mayoría y muestra que, aunque muchos adultos mayores están interesados en participar en actividades recreativas.

El 27% de los encuestados indicaron que casi siempre participan en actividades recreativas. Esto sugiere que existe otro grupo significativo de adultos mayores que tiende a involucrarse en actividades recreativas de manera consistente. Por último, solo el 3% de los encuestados indicaron que nunca participan en actividades recreativas.

Discusión

La discusión general sobre los datos recopilados de las 10 preguntas de este estudio proporciona una visión exhaustiva y detallada de cómo los adultos mayores de la parroquia Convento perciben las características de los problemas psicosociales. Al analizar estas respuestas, se pueden identificar varias conclusiones y tendencias significativas que revelan la dinámica de la relación entre los adultos mayores y los desafíos psicosociales en este entorno específico.

En primer lugar, en la Tabla 1 se destaca la distribución desigual por género entre los adultos mayores encuestados en la parroquia Convento. Los hombres representaron el (63%) del total de participantes, mientras que las mujeres solo constituyeron el (37%). Esta disparidad de género puede tener implicaciones importantes en la percepción y afrontamiento de los problemas psicosociales dentro de la comunidad.

Las Tablas 2 y 3 muestran los resultados relacionados con la distribución de personas mayores por edad y composición del hogar en la Parroquia Convento. El Cuadro 2 muestra que las personas mayores se concentran mayoritariamente en los grupos de 75 y 70 años, con un (34%) y un (29%) respectivamente. Esto demuestra que la sociedad está dominada por el envejecimiento de la sociedad.

En particular, el (75%) de los encuestados vive con sus hijos, lo que refleja una estructura familiar tradicional, mientras que el (17%) vivía con otros familiares y el (8%) con amigos. Estos hallazgos resaltan la importancia del entorno hogareño en la vida de las personas mayores y la diversidad de condiciones de vida en las comunidades locales.

En la tabla 4, se evidencia que el (50%) de los encuestados califiquen sus relaciones intrafamiliares como "Regulares" es un hallazgo significativo que invita a la

reflexión. Aunque no indica una situación crítica, sugiere un espacio para mejorar la calidad de estas relaciones entre los adultos mayores y sus familias. Es importante señalar que el (43%) de los encuestados reportaron tener relaciones "Buenas" con sus familias, lo cual es alentador. Sin embargo, el (7%) que calificó sus relaciones como "Malas" es un indicador preocupante que merece atención.

En la tabla 5, se destaca que la mayoría de los encuestados 36% indicaron recibir apoyo social y emocional "Siempre", seguido por un (42%) que lo recibe "A veces". Estos hallazgos resaltan la importancia del apoyo interpersonal para el bienestar de los adultos mayores, aunque también sugieren la presencia de variabilidad en la disponibilidad y calidad de este apoyo.

En la tabla 6, se pone de manifiesto que la principal fuente de ingresos reportada es la jubilación (42%), seguida por el bono solidario (50%). Esto sugiere una dependencia significativa de las pensiones y las ayudas gubernamentales para el sustento económico de los adultos mayores en la comunidad, con un pequeño porcentaje (8%) que no tiene ningún ingreso. Esta alta dependencia de la jubilación y del bono solidario de los encuestados como única fuente de ingresos podría representar un riesgo frente a la inflación o modificaciones en las políticas públicas.

En la tabla 7, se refleja una preocupación contrastante en las emociones reportadas por los adultos mayores. El hecho de que el (50%) de los encuestados se sientan "Tristes" mayormente sugiere una prevalencia significativa de emociones negativas. Por otro lado, la presencia equitativa de felicidad y ansiedad entre el (25%) de los encuestados subraya la diversidad emocional en este grupo demográfico, con algunas experimentando emociones positivas mientras que otras lidian con sentimientos más negativos.

En la tabla 8, se presenta una visión general de la capacidad de los adultos mayores para controlar sus emociones. Mientras que el 28% indicó poder hacerlo siempre y el 22% casi siempre, el 47% reportó que a veces pueden lograrlo, siendo esta la respuesta más común. Esto sugiere que la mayoría experimenta fluctuaciones en su capacidad emocional. Sin embargo, es preocupante que un 3% señalara que nunca pueden controlar sus emociones.

En la tabla 9 y 10, muestra las respuestas proporcionadas por los adultos mayores revelan que una mayoría significativa de adultos mayores enfrenta dificultades constantes en la realización de actividades cotidianas, con un (63%) indicando tener dificultades siempre. Además, la distribución en la participación en actividades recreativas destaca una diversidad de intereses y niveles de compromiso, con un (27%) participando siempre y un (43%) participando a veces. Esto sugiere la importancia de ofrecer opciones variadas de recreación para satisfacer las diferentes necesidades y preferencias de este grupo demográfico.

Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos en la encuesta, se evidencia la necesidad de implementar medidas específicas para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, abordando tanto sus desafíos en las actividades cotidianas como sus oportunidades de participación en actividades recreativas.

- En primer lugar, los datos analizados muestran que un porcentaje considerable de adultos mayores, específicamente el 63%, enfrenta dificultades constantes en sus actividades cotidianas. Este hallazgo refleja una verdadera problemática en términos de autonomía y calidad de vida para este grupo demográfico.
- Según los resultados obtenidos, se destaca la alta prevalencia de emociones negativas, como la tristeza, con un 50% de los encuestados manifestándola predominantemente. Esta tendencia subraya la importancia de abordar las necesidades emocionales de los adultos mayores para promover un bienestar integral.
- Además, la dependencia significativa del bono solidario como fuente de ingresos, representando el 50% de los encuestados, revela la vulnerabilidad económica de muchos adultos mayores. Este dato resalta la urgencia de implementar políticas y programas dirigidos a mejorar su seguridad financiera y garantizar una calidad de vida digna para esta población.

Recomendaciones

- Considerando los problemas psicosociales evidenciados en los adultos mayores, se recomienda desarrollar programas de intervención que fomenten el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento emocional y social. Estas iniciativas podrían incluir grupos de apoyo y talleres que aborden el manejo del estrés y la soledad, promoviendo así una mejor adaptación a los desafíos psicosociales asociados con el envejecimiento.
- Asimismo, es esencial mejorar el acceso a servicios de salud mental especializados, garantizando una atención integral que aborde tanto las necesidades emocionales como las sociales de esta población. Brindar atención profesionalizada puede ayudar a identificar y abordar de manera efectiva los problemas psicológicos y sociales que enfrentan los adultos mayores, promoviendo su bienestar mental y emocional.
- Además, se deben implementar políticas y programas que promuevan la inclusión social y la participación comunitaria de los adultos mayores, proporcionando oportunidades para el establecimiento de redes de apoyo y la integración en actividades recreativas y culturales. Estas medidas pueden contribuir significativamente a mitigar los problemas psicosociales y mejorar el bienestar general de los adultos mayores en la sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

- Alvarado. (2015). Diseño E Implementación De Un Sistema De Información Para La Gestión De Seguimiento A Ex Alumnos De La Facultad De Ingeniería.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/21676/1/tesis.pdf>
- Amaya, I; Gómez, L; Remolina, N; Velásquez, B y Saavedra, L. (2021). Soledad Social, Equilibrio Emocional Y Optimismo Disposicional En Personas Mayores Institucionalizadas Y No Institucionalizadas De Bogotá. 39, pp. 303-320. Universidad Colegio Mayor De Cundinamarca. <https://www.redalyc.org/journal/396/39670740014/html/>
- Carrillo-Sierra, Sandra-Milena; Rivera-Porras, Diego; García-Echeverri, Mabel; Rodríguez González, Daymi Envejecimiento e intervenciones terapéuticas desde la perspectiva psicológica a adultos mayores: una revisión descriptiva Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 39(7), 2020 Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica, Venezuela
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55965388019>
- Carbajal, H. (27 de Enero de 2020). *¿Cuáles son los problemas psicosociales?* Obtenido de Brainly:
<https://brainly.lat/tarea/13806186>
- Ceballos-Gurrola, O., Medina-Rodríguez, RE, Juvera-Portilla, JL, Peché-Alejandro, P., Aguirre-López, LF, & Rodríguez-Rodríguez, J. (2020). Imagen corporal y práctica de actividades físico-deportivas

en estudiantes de nivel secundaria. Cuadernos de Psicología del Deporte, 20 (1), 252-260. <https://www.redalyc.org/journal/2270/227064667019/227064667019.pdf>

Chaparro Díaz, L., Carreño Moreno, S., & Arias-Rojas, M. (2019). Soledad en el adulto mayor: implicaciones para el profesional de enfermería. Revista CUIDARTE, 10 (2), <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i2.633>

DueñasBuey, ML, (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. Educación XX1, (5), 77-96. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf>

Espinosa Cueva, Carla Verónica. (2021). Una mirada interpretativa y constitucional de los derechos sociales: la reducción de las pensiones jubilares. Foro: Revista de Derecho, (35), 105-124. <https://doi.org/10.32719/26312484.2021.35.6>

Elipe Miravet, Marcel; Ballester Arnal, Rafael; Castro Calvo, Jesús; Cervigón Carrasco, Verónica; Bisquert Bover, Mar. (2020). Hábitos Alimentarios, Imagen Corporal Y Bienestar Emocional: Mens Sana In Corpore sano. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 1(1), Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores, España, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349863388036>

García-Ancira, Claudia. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. Revista Cubana de

Educación Superior, 39(2), e15. Epub 01 de agosto de 2020. e
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142020000200015&lng=es&tlng=es.

Gonzales, M. (2011). Problemas psicosociales y estrategias de afrontamiento en adultos mayores que asisten al Centro del Adulto Mayor “Rímac” ESSALUD. 2010. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*

Hernández, S., & González, S. (2022). Percepción de componentes psicológicos de calidad de vida en adultos mayores del cantón Riobamba. *Revista Cubana de Reumatología*.

Hernández, V; Solano, N y Ramírez, P. (2021). Entorno social y bienestar emocional en el adulto mayor. 26(95), pp. 530-543.
<https://www.redalyc.org/journal/290/29069613004/html/>

Hermida, P. y Stefani, D. (2011). La jubilación como factor de estrés psicosocial. Un análisis de los trabajos científicos de las últimas décadas. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 8 (2), 101-107. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483549017015>

López Atencio, P., Prado P., JR, Montilla, M., Molina Viana, Z., Da Silva, G., & Arteaga, F. (2008). Insatisfacción Por La Imagen Corporal Y La Baja Autoestima Por La Apariencia Física En Estudiantes De La Facultad De Medicina De La Universidad De Los Andes Del Estado Merida Venezuela. *MHSalud*, 5 (1), 1-14.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=237017527001>

Meléndez, R. (2023). La salud mental y su influencia en el desempeño académico de estudiantes durante la pandemia COVID-19. 27(1), pp.112, <https://www.redalyc.org/journal/19n41/194175218028/html> /

Mendoza, J. (2022). Factores de riesgo Psicosociales asociados a la depresión de personas mayores de la comunidad de Durán 2020-2021. *Salud y Ciencias Médicas*.

Organización Mundial de la Salud. (2017). *Salud mental de los adultos mayores*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-of-older-adults>

Pinilla, M; Ortiz, M y Suárez, J. (2020). Adulto mayor: envejecimiento, discapacidad, cuidado y centros día. Revisión de tema. 37(2), pp. 488-505, <https://www.redalyc.org/journal/817/81775200017/html/>

Rodríguez, E. (2021). Determinantes psicosociales que influyen en la salud de los adultos mayores residentes de la fundación caminos de esperanza cantón la libertad año 2021. *Universidad Estatal Península de Santa Elena*.

Rojas Peralta, SE, (2020). La soledad, el miedo a la soledad y la democracia. *Praxis Filosófica*, (50), 25-42. <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i50.8866>

- Salazar Vargas, Carlos. (2020). Jubilación: ventajas y desventajas. *Acta Médica Costarricense*, 62 (2), 92-93.
http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-60022020000200092&lng=en&tlng=es.
- Sáenz, D., & Zalamea, C. (2019). *Riesgo psicosocial en adultos mayores vinculados a fundación huerto de los olivos de mayo a agosto de 2019*. Ecuador: Universidad de Guayaquil.
- Salud y Ciencias Médicas. (2022). Factores de riesgo Psicosociales asociados a la depresión de personas mayores de la comunidad de Durán 2020-2021. *Salud y Ciencias Médicas*.
- Saavedra, L; Ordóñez, C; Granja, L y Hernández, J. (2021). Percepción de la salud por adultos mayores que realizan actividad física en un parque público de Cali, Colombia.
- Tello-Rodríguez, T., Alarcón, RD, & Vizcarra-Escobar, D. (2016). Salud Mental En El Adulto Mayor: Trastornos Neurocognitivos Mayores, Afectivos Y Del Sueño. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33 (2), 342-350.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36346797021>
- Valenzuela-Zambrano, B., Álvarez Fabio, M., & Salgado Neira, E. (2021). Estudio sobre la inteligencia emocional de profesores/as de la provincia de Concepción, Chile. *REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 20 (44), 29-42.
<https://doi.org/10.21703/0718-5162.v20.n43.2021.002>

- Vélez, E. E. E., Centeno, M. R. F., Zevallos, M. G. V., & Vélez, J. A. S. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *RECIMUNDO: Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1), 58-74.
- Viteri, E. (2019). *Riesgo psicosocial en adultos mayores vinculados a Fundación Huerto de los Olivos de mayo a agosto del 2019*. Ecuador: Universidad de Guayaquil.
- Zambrano, C. (2020). Factores psicosociales que afectan a la población del Ecuador. *Revista Psicología UNEMI*.

ANEXOS





